

「自宅で手をつないで笑顔で逝った主人」

平成 30 年 4 月〇〇日 午前〇時〇〇分

自宅で、二人の子どもと私の手をしっかり握り、主人は逝きました。

#### 【食道がんの発見から入院】

主人の食道がんが人間ドッグで見つかったのは、平成 22 年 8 月でした。すぐにより詳しい検査に入り、入院の予定を入れ、手術の日が決まっていきました。仕事の予定を変更、調整しながらの入院準備でした。

以後、4 度の手術、リンパへの放射線治療、抗がん剤の使用と何度もの入院という状態でした。やがて、幾種類かの抗がん剤も耐性で使用できなくなり、肺への転移が見つかった平成 28 年に、主人はこれ以上の入院はせず、QOL（クオリティ・オブ・ライフ「生活の質」...人生における幸福度や満足度）を高める生活を宣言しました。

#### 【自宅での看取りを決意】

それからは、月一度の外来診察に、消化剤・下痢止め・吐き気止めくらいの投薬で過ごしました。徐々に痩せも目立ち、体力も落ちて車椅子を使うようになりました。担当医の先生は、「入院の準備はしてあるから、いつでも入院したくなったら入院するように」と言ってくださいました。

しかしながら、私の父を平成元年に、母を平成 14 年に、主人の父を平成 21 年に、母を平成 28 年に病院で見送っており、その時の様子を実感している主人はもちろん、私も自宅での看取りを決めていました。

#### 【在宅医探し】

病院のがん相談支援センターの看護師さんのご指導で、自宅での療養ができるよう在宅医を探すことから始めました。当初、住まいのある中央区で在宅医を探していましたが、どうもうまく見つからず、思案の中、自宅からも近い天王寺区の在宅医を知人から教えていただき、連絡を取って相談しました。

在宅医の先生は、すぐに病院の担当医と連絡を取り合い、病気の経過状態から主人の性格に至るまで事細かく情報を共有し、病院への外来診療と合わせて自宅への往診も週 1 回と決め、合わせて訪問看護師の準備もしてくださいました。二人の医師の協議で決めた高カロリーではない水分補給の点滴を、往診の日以外は訪問看護師さんがしていただき、それはそれはありがたい環境を整えてくださいました。

#### 【支えていただいた在宅医、訪問看護師】

自宅でどうしても看取りたいという私に、在宅医の先生は「奥さんが倒れてはダメだし、入院した方がいいと思ったら、いつでも病院はベッドを用意してくれているから...」と無理をしないように促してくださいました。

訪問看護師さんは、本当に至れり尽くせりで、介護オムツの失敗しない使い方や、洗髪から口腔洗浄の仕方まで事細かく教えてくださいました。酸素ボンベの調整や血圧・脈拍の測り方はもちろんです。合わせて、患者の主人はもとより、家族とりわけ私の精神的な補助もしてくださり、そのことは今も感謝しかありません。

#### 【在宅療養で良かったこと】

入院生活ではなく在宅での療養で良かったことは、何より家族と常時一緒にいられること。眠れない夜も明かりをつけっぱなしでも大丈夫だし、家族とおしゃべりもできる。好きなものを好きな時に食べられること。何より、大好きだったお酒も時折口にできること。

訪問看護師さんは、ほとんど何も口にできなくなった主人に、ワインを冷凍庫でシャーベット状にさせていただくことを教えてくださいました。多くの人は病院でも氷を口にするそうですが、夫はワインのシャーベットを嬉しそうにスプーンから口にしました。口の中で溶けてほんのり香るワインを自宅で楽しむことができました。

#### 【関係者の方々に感謝】

最後の最後まで手をつないで笑顔で逝った夫に、残る家族にやり遂げた感を与えてくれた主人に、誇りを感じています。

それは、在宅医の先生と訪問看護師さんの存在があってのことです。在宅医と訪問看護師、もちろん連携いただいた病院の担当医の先生、すべての方々に感謝しかありません。

在宅での療養を選択して本当に良かったこと、在宅療養を支える関係者の方々が連携した素晴らしい働きぶりを多くの皆様に知ってもらいたいと思います。